மூலிகை மணி

வேலூர் மருத்துவர்: ஆ. இரா. கண்ணப்பர்

மலர் : 13 நள ௵ மாசி ௴ இதழ் : 4

204-வது மூலிகை

தேவதாரு



விலை 75 காசு

மூலிகை வளமே ! நாட்டு வளம் !

‘மூலிகை மணி’

[தமிழ் மருத்துவத் திங்கள் இதழ்]

ஆசிரியரும் வெளியிடுபவரும்

தினமணி புகழ்

வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R M.P.

ஆண்டு சந்தா ரூ. 9-00 தனி இதழ் 0-75 பைசா

மாசி இதழில்

(சிறப்புக் கட்டுரைகள்)

மூலிகை மணி சந்தா விபரம்

உள் நாடு	மலேஷியா, சிங்கைக்கு	
1 ஆண்டு 9-00	கப்பல் வழி 16-20	விமான மூலம் 23-40
3 ஆண்டு 27-00	கப்பல் வழி 48-60	விமான மூலம் 70-20
ஆயுள் சந்தா ரூ. 200	ஆயுள் சந்தா ரூ. 220 (கப்பல் மூலம்)	

தலைமை அலுவலகம் : 59, மாசிலாமணி முதலித் தெரு, வேலூர், வ. ஆ. மா.

சென்னை முகவரி : மூலிகை மணி, 7, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர், சென்னை-600 017.

தொலை பேசி : 445689 (சென்னை)

உ

முருகா

அபயம் தருவாயே!

பல்லவி

திருச்செந்தில் பதிவாழும் குமரேசா
திருவருள் தருவாயே முருகேசா

அநு பல்லவி

அமரர்கள் இடர்தீர்த்த அமரேசா
அடியவர் இடர்தீர்ப்பாய் அழகேசா

சரணங்கள்

திருத்தணி மலைவாழும் தணிகாசா
திருப்புகழ் பாடும்அன்பர் தவநேசா
மருத மலைவாழும் மருதாசா
கருணை மழைபொழியும் கதிரேசா!

கழுகு மலைவாழும் கழுகாசா
தொழுகும் அடியார்கள் உளவாசா
பழகு தமிழ் போற்றுகின்ற பழநேசா
பழனி மலைவாழும் குமரேசா!

தனக்குவமை இல்லாத தனிராசா
மனக்கவலை மாற்றவல்ல மகராசா
உனக்கடிமை ஆகிவிட்டேன் உல்லாசா
எனக்கபயம் தருவாயே என் ஈசா!

கவிஞர் ஜெயராஜ்
தூத்துக்குடி-1

STATEMENT (FORM IV)

The following is the statement of ownership and other particulars about MOOLIGAI MANI magazine as required under Section 19D(b) of the Press & Registration of Books Act the under the Rule 8 of the Registration of Newspapers (Central) Rules, 1956.

1. Place of Publication	...	Tamilnadu. 7, Arulambal Street, Madras - 600 017.
2. Periodicity of its Publication	...	Monthly
3. Printer's Name	...	K. Babu, D.M.E.
Nationality	...	Indian
Address	...	Mooligai Mani Press,
	...	Madras-17
4. Publisher's Name	...	Dr A.R.Kannappar, R.M P.
Nationality	...	Indian
Address	...	7, Arulambal Street
	...	Madras - 600017
5. Editor's Name	...	Dr.A.R.Kannappar, R.M.P.
Nationality	...	Indian
Address	...	7, Arulambal Street,
	...	Madras - 600017
6. Name and address of individuals who own the newspaper and partners or shareholders holding more than one per cent of the total capital.		

I, Dr A.R. Kannappar hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Date : February 28, 1977 (Signed) Dr. A. R. Kannappar,
(Signature of Publisher)

உ

முருகா

ஐந்துகரத்தனை யானை முகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றனை
நந்திமகன்தனை ஞானகொழுந்தினை புந்தியில்வைத்தடி
போற்றுகின்றேனே



எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறென்றறியேன் பராபரமே. —(தாயுமானவர்)

மலர் 13] நள ௵ மாசி ௴ பிப்ரவரி—77 [இதழ் 4

மக்களாட்சி மலரட்டும்!
சித்த மருத்துவம் வளரட்டும்!!

'இந்திய மருத்துவ முறைகள்' எனப்படுவதில் சித்த, ஆயூர்வேத, யூனானி ஆகிய மூன்று மருத்துவ முறைகள் அடங்கும். இவற்றில் 'சித்த மருத்துவம்' தமிழகத்தில் மட்டுமே நிலவி வருகிறது. மற்ற இரு மருத்துவ முறைகளும், பாரதம் முழுதும் முறையான, வலிமையான காலத்திற்கேற்ற வளர்ச்சியைப் பெற்றுள்ளன. ஆயூர்வேத பல்கலைக் கழகங்கள், ஆயூர்வேத மருத்துவக் கல்லூரிகள், ஆராய்ச்சிக் கழகங்கள் போன்ற விரிவான அமைப்புகள் பாரதம் முழுதும் பல்கிப் பெருகி வருகின்றன.

ஆனால் 'சித்த மருத்துவம்' தமிழகத்தில் கூட சீரான முறையான வளர்ச்சி பெறவில்லை என்பதை ஆழ்ந்த வருத்தத்துடன் குறிப்பிட வேண்டியுள்ளது. இந்நிலைக்குக் காரணங்கள் என்ன என்பதை ஆராய்வது, எதிர்காலத்திலாவது சித்தமருத்துவம் சீர்பெற வழி வகுக்கும்.

சித்தமருத்துவம் வளர்ச்சி பெறுமைக்குக் காரணங்கள்

(1) விடுதலைக்குப்பின் அமைந்த காங்கிரஸ் ஆட்சியில், 'சித்த மருத்துவம்' தனி அந்தஸ்து அளிக்கப்படாமல் மறுக்கப்பட்டதுடன் 'ஆயூர்வேதத்தில் ஓர் அங்கமே சித்த மருத்துவம்' என்று, தவருகப்

பிரச்சாரம் செய்யப்பட்டது, இதனால் 'சித்த மருத்துவம்' சட்டபூர்வ மாக அங்கீகாரம் பெருததால், போதிய வளர்ச்சித் திட்டங்கள் அளிக்கப்படவில்லை.

(2) தமிழகத்தில் கடந்த காலத்தில் நிலவிய காங்கிரஸ் கட்சியில் சித்த மருத்துவம் படிப்படியாக ஒதுக்கப்பட்டதுடனல்லாமல் ஏற்கனவே இருந்த மருத்துவக் கல்லூரியும் மூடப்பட்டது. பரம்பரை சித்த மருத்துவர்கள் புறக்கணிக்கப்பட்டார்கள். கிராமங்களில் நடந்து வந்த பல சித்த மருத்துவ சாலைகள் மூடப்பட்டன, எனவே, மக்களிடையே, சித்த மருத்துவம் வளர்ச்சி பெற இயலவில்லை.

மத்திய—மாநில அரசுகள், ஒதுக்கியதாலும், புகழ்பெற்ற பல பரம்பரை மருத்துவர்கள் மறைந்ததாலும், தமிழக சித்த மருத்துவர் களிடையே போதிய அளவு மறுமலர்ச்சி எண்ணம், ஆராய்ச்சி நோக்கு இல்லாத காரணத்தாலும், 1967-வரை சித்த மருத்துவம் முற்றிலும் மக்கள் மன்றத்திலிருந்து மறைக்கப்பட்டு வந்தது.

தி. மு. க. ஆட்சியில் ஏற்பட்ட எழுச்சி

1967-வரை விழ்ச்சியை நோக்கிச் சென்று கொண்டிருந்த 'சித்த மருத்துவம்' தி.மு.க. ஆட்சியில் புதிய எழுச்சியைப் பெற்றது என்பது, மறுக்க இயலாத உண்மையாகும்.

இரண்டாவது உலகத் தமிழ் மாநாட்டில் அறிஞர் அண்ணா அவர் களின் ஆதரவில், சித்த மருத்துவம், உலக அரங்கில் முன்னுரிமை பெற்று, மக்களிடையே பரவ ஆரம்பித்தது. அவர் ஆட்சியிலும், அவருக்குப்பின் அமைந்த கலைஞர் ஆட்சியிலும், 'சித்த மருத்துவம்' புதிய எழுச்சி பெற்று, போதிய வளர்ச்சியையும் பெற ஆரம்பித்தது.

குறிப்பாக, முன்னாள் அமைச்சர் அன்பழகன் அவர்கள், 1971-இல் நலத்துறை அமைச்சராகப் பொறுப்பேற்றவுடன், அவரின் தனிக் கவனத்தில்—பராமரிப்பில், ராக்கெட் வேக வளர்ச்சியைப் பெற்றது எனலாம்.

(1) 1970-வரை மத்திய அரசில், 'ஆயுர்வேதத்தின் ஒரு பிரிவே சித்த மருத்துவம்' என்றிருந்த இழிவானநிலை அன்பழகனின் போராட் டத்தால், சித்த மருத்துவம் தனி மருத்துவமாக அங்கீகாரம் பெற்றது.

(2) 'இந்திய மருத்துவத்துறை' என்ற அமைப்பு தி. மு. க ஆட்சிக் காலத்தில்தான் ஏற்படுத்தப்பட்டது.

(3) பாளையங்கோட்டையில் 'B. I. M.' என்ற சித்த மருத்துவக் கல்லூரி முழுவளர்ச்சிப் பெற்று, 'முதுநிலைப் பட்டப்படிப்பு' (M. D) பிரிவுகளும் தொடங்கப்பட்டுள்ளன.

(4) மாவட்டத் தலைமை மருத்துவ மனைகளில் 'சித்த மருத்துவம் பிரிவுகள்' தனியே அமைக்கப்பட்டன.

(5) தாலூக்கா அளவில் சித்த மருத்துவ மனைகள் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன.

(6) ரூ 1-இலட்சத்திற்குமேல் வருமானமுள்ள ஆலயங்களில், 'இலவச சித்த மருத்துவ மனைகள்' தொடங்கப்பட்டன.

(7) சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சிப் பிரிவு ஒன்று சென்னையில் அரும்பாக்கத்தில் அமைக்கப்பட்டது.

இவை போன்ற நல்ல பல திட்டங்களை தி.மு.க. அரசு கடந்த 9 ஆண்டு காலத்தில் அளித்தது உள்ளபடியே சித்த மருத்துவ வரலாற்றில் பொன்னெழுத்துக்களால் பொறிக்கப்பட வேண்டியவையாகும்.

இவ்வளவு நன்மைகளை அளித்த தி.மு.க அரசு, ஒரு பெரும் தீமையை செய்துவிட்டதையும் குறிப்பிடாமல் இருக்க இயலாது.

'பரம்பரை மருத்துவர்கள் பதிவுச்' சட்டத்தினை 1973-ஆம் ஆண்டுடன் நிறுத்திவிட்டதால், சித்த மருத்துவ பரம்பரை மருத்துவர்கள் பலர், பதிவு பெறுமல், தொழிலையே நிறுத்தி கைவிட வேண்டிய அபாய நிலையில் இன்று தத்தளித்து தவித்து வருகின்றனர். ஏறக்குறைய 10000க்கு மேற்பட்ட பரம்பரை சித்த மருத்துவர்கள் பதிவு பெற இயலாததால், பரம்பரை மருத்துவத் தொழிலை நடத்த முடியாமல் உள்ளனர். 1975-ஆம் ஆண்டில் இதனைச் சுட்டிக்காட்டியபோது, முன்னுள் அமைச்சர் அன்பழகன், "ஏற்கனவே மனுசெய்து, எக்காரணத்தாலோ, நிராகரிக்கப்பட்டவர்கள் மட்டும், 1975-பிப்ரவரி 28-ஆம் தேதிக்குள் மறுபடியும் விண்ணப்பித்து, பதிவு பெறலாம்" என்று அறிவித்தார். அவ்விதமே, நூற்றுக்கணக்கான சித்த மருத்துவர்கள், விண்ணப்பித்தனர். ஆனுல் அதற்குள் தி.மு.க. ஆட்சி அகற்றப்பட்டது. அதன் பிறகு அமைந்த கவர்னர் ஆட்சியில்,

முன்னுள் அமைச்சர் அறிவித்த சலுகையும் கைவிடப்பட்டதுடன், மனு செய்தவர்களின் விண்ணப்பங்கள் நிராகரிக்கப்பட்டன. இடையில் தற்போது நடந்துவரும் ஜனுதிபதி ஆட்சியில் இதுபற்றி பலமுறை வேண்டுகோளினை கவர்னரிடம் தெரிவித்து, மூலிகைமணியும், சித்த மருத்துவ சங்கங்களும் தீர்மானங்களை அனுப்பியுள்ளன. என்ருலும், எவ்வித நடவடிக்கையும் இதுபற்றி மேற்கொள்ளவில்லை.

இடையில் 'இந்திய மருத்துவ மத்திய கழகம்' திருத்தி அமைக்கப்பட்டுள்ளது. இதில் தொடர்பில்லாதவர்கள் எல்லாம் இடம் பெற்றுள்

ளனர். கடந்த 15 ஆண்டுகளாக, தமிழகத்தில் 'மூலிகைப் புரட்சியை' நடத்தி வரும் மூலிகைமணியை, இக்கழகத்தில் ஒரு உறுப்பினராகக் கூட நியமிக்கும் மனம், இக்குழு பற்றி பரிவுரை செய்தோரிடையே இல்லை.

இந்நிலையில், நம்முடைய கோரிக்கைகளை நேரடியாக எடுத்துச் சொல்லிப் போராட, மத்தியிலும், மாநிலத்திலும் மக்கள் பிரதிநிதிகள் கொண்ட ஆட்சி அமையும் வகையில் தேர்தல்கள் வந்து கொண்டிருக்கின்றன. எந்தக் கட்சியின் ஆட்சி நல்லது என்ற ஆராய்ச்சியில் மூலிகைமணி என்றுமே ஈடுபடுவதில்லை. அவ்வகையில், நம்முடைய வேண்டுதல், எக்கட்சி ஆட்சி நடத்தினாலும் 'சித்த மருத்துவத்தினை முன்னேற்ற முன்னுரிமைத் திட்டங்களைத் நடத்தல் வேண்டும்' என்பதே ஆகும்.

அடுத்த மாதம் மத்திய ஆட்சியில் அமர்ந்திடும்கட்சி எதுவாயினும் அக்கட்சியின் பிரதிநிதிகளும், அமைச்சர்களும், கீழ்க்கண்ட இரண்டு வேண்டுகோள்களை உடனடியாக அமுல் நடத்திட நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.

(1) 1973-முதல் அமுலாக்காமல் நிறுத்தி வைக்கப்பட்டுள்ள பரம்பரை மருத்துவர் பதிவுச் சட்டத்தினை—உடனடியாக அமுல் செய்து, பதிவு பெறுமல் துன்புறும் 10000க்கும் மேற்பட்ட சித்த மருத்துவர்களின் வாழ்வு, வளம்பெற வகை செய்தல் வேண்டும்.

(2) தமிழகத்தில் 'சித்த மருத்துவத்திற்கு' என தனி இயக்குனரை நியமித்து தீவிர திட்டங்களை வகுக்க வழி செய்தல் வேண்டும்.

மூலிகைமணியின் இவ்விரு வேண்டுகோள்களை நிறைவேற்றும் ஆற்றல் மக்களாட்சிக்கே உண்டு. அம் மக்களாட்சி மலரும் நாள் நெருங்கிக் கொண்டிருக்கும் இவ்வேளையில், சித்த மருத்துவ வளர்ச்சிக்குக் குரல் கொடுக்கும் கட்சிக்கே வாக்குகளை அளிக்குமாறு மூலிகைமணி அன்பர்களை வேண்டுகிறது.

மக்களாட்சி மலரட்டும்!

சித்த மருத்துவம் வளரட்டும்!!



204 — வது மூலிகை

தேவதாரு

மனிதர்களில் மேன்மையான அறிவுடையவர்கள் அபூர்வமாக இருப்பதுண்டு. இவர்களை 'தேவ மனிதர்கள் என்பர்'. திருவள்ளுவர், புத்தர், யேசு, காந்தி போன்றவர்களைக் குறிப்பிடலாம். இவர்களின் சிறப்பு என்னவெனில், மனித சமுதாயம் உள்ள அளவும், இவர்கள் திருப்புகழ் நிலைத்து நிற்கும்: அந்த அளவிற்கு அரிய ஒப்பற்ற சேவையை மனித குலத்திற்கு நல்கி தேவர்களாக நிலை எய்துவர்.

மனிதரிடையே நிலவும் தேவர்களைப் போன்றே தருக்களிடையே யும் (மரங்களில்) தேவத்தன்மை பொருந்திய, தருக்கள் உண்டு. புவி அரசன் (பூவரசு) 'பூலோகக் கற்பக விருட்சம்' (தென்னை) சரஸ்வதி (வல்லாரை) போன்ற மூலிகைகள் இத்தகைய தேவத்தன்மை பெற்றவையாகும். அகத்தியர் காலத்திலிருந்து இக்காலம்வரை, எக்காலமும், இத்தகைய மூலிகைகளின் பயன் மக்களிடையே நிலைபெற்று இருப்பதே இவற்றின் தேவச்சிறப்புக்குக் காரணம்.

இவ்வரிசையில், தேவ என்னும் அடைச்சொல்லைப் பெற்ற மரம் 'தேவதரு'. 'தேவதாரு' என மருவி விட்டது.

பொது விவரம்

இமயமலையில் தொடங்கி, தொன்று தொட்டே வளர்ந்துவரும் 'தேவதரு' மரம் மிக உயரமாக ஓங்கி வளரக்கூடியவை. தேவர்களைப் போலவே' நீண்ட நெடுங்காலம் உயிர் வாழ்ந்திருக்கும் மரம் தேவதரு. இவற்றின் தனிச்சிறப்பு மற்றவகை மரங்களுடன் இவை வளராது.

தனியாகத் தோப்பாக வளரும் இயல்புடையவை. 45 அடி சுற்றளவும் 250 அடி உயரமும் உள்ள மரங்கள் தேவதாரு இனத்தில் உண்டு. அடி மரமானது நேராக நிமிர்ந்து நெடுந்தூரம் ஓங்கி வளர்ந்து; அப்பால் வட்டமாக பரந்து வளர்ந்த கிளைகளுடன் வளரும். ''தேவதாரு மரத்தினும் பேரழகு வாய்ந்த கம்பீரம் மிக்க மரம் பிறிதொன்றில்லை'' என்று கருதுகிறார் 'காம்பிள்' எனும் மரவியல் அறிஞர். ஆற்றல், செழிப்பு, நீண்ட ஆயுள் ஆகியவற்றிற்கு அடையாளமாகக்கருதப்படுவது தேவதாரு மரம். எண்ணெய் சத்துள்ளது; அதனால் மணமும் உடையது. வெளிமரம் வெண்மையானது. உட்புறம் வெளுப்பான மஞ்சள் நிறமுடையது. வலிமையில் தேக்குமரத்திற்கு ஒப்பானது. கறையானும், காளானும் பற்றாது. அதனால்தான் இதனை தண்டவாளத்தின் அடியில் குறுக்குக் கட்டையாகப் பயன்படுத்துகின்றனர். இதில் சரள தேவதாரு என்றொரு இனமும் உண்டு.

மருத்துவப்பயன்

தேவதாரு பொதுவாக, உடல் வெப்பத்தைத் தணிக்கும். உள்ளுருப்புகளின் அகட்டு வாயுவை அகற்றி செரிமான சக்தியை உண்டு பண்ணும். பீனிசம், நீரேற்றம், உடல் காங்கை ஆகியவற்றைக் குறைக்கும். பட்டை, கட்டை ஆகியன பெரும்பாலும் மருத்துவப் பயனாகின்றன.

பயன்படும் முறைகள்

பட்டை

காய்ச்சலுக்கு : இம்மரத்தின் பட்டை 35 கிராம் எடுத்து இடித்து 1 குவளை நீர்விட்டுக் காய்ச்சி அதில் 1 சிட்டிகை சீரகம் தூள் செய்து, போட்டுக்குடிக்க காய்ச்சல், அசீரணபேதி, சீதபேதி ஆகியன கட்டுப் படும்.

புண்கள் ஆறிட : இம்மரத்தின் வேர்ப்பட்டை, கட்டை ஆகியவற்றைத் தூள் செய்து ஆறாத ரணங்கள் மீது தூவி வர, அவை ஆறும்.

பித்தமயக்கம் விலக : இம்மரத்தின் கட்டையை பால்விட்டு உரைத்து அதனைக் கொதிக்க வைத்து தலையில் அப்பி ½ மணி நேரம் ஊறிய பிறகு குளியல் செய்துவர, பித்த மயக்கம், கிறுகிறுப்பு, உறக்கமின்மை ஆகியன விலகும். வாரம் ஒருமுறை இம்மாதிரி செய்துவர, உறக்கம் நன்கு வரும். அயற்சிகள் விலகும். நீரேற்றம், தலைபாரம் ஆகியன தணியும்.

மணம் பரப்பிட: வீடுகளில் மூட்டைப்பூச்சி, கொசு, கரப்பான் பூச்சி களால் துர்நாற்றம் ஏற்படும்போது அவைகள் விலகிட இம்மரத்தின் கட்டையைத் தூள்செய்து, புகை செய்ய அவை விலகும். நல்ல மணம் பரவும்.

இம்மரத்தின் கட்டையிலிருந்து வடித்தெடுக்கப்படும் எண்ணெய் கருநிறமாக இருக்கும். தோலில்வரும் நோய்களான மேகப்படை, குட்டம், இரணம் ஆகியவற்றிற்கு இக்கரு நிறத் தைலத்தை மேற்பூச் சாகப் பூசிவர, படிப்படியாக அவை குறையும். இம்மரக்கட்டை, பட்டை ஆகியவற்றைத் தைல முறைகள் பலவற்றில் சேர்ப்பார்கள். இதனால் தலைபாரம் மண்டைக் குடைச்சல் ஆகியன தீரும்.

"தேவதாரக் குணந்தான் சேர்ந்துவளர் பீனசத்தைக்
காவகத்தி லோட்டுங் கரப்பலவே—மாவலர்
சொல்லும்பு ராண சுரமொரு நீ ரேற்றத்தை
வெல்லு மணற்றணிக்கி மெய்." (அ.கு.)

சரள தேவதாருவின் மருத்துவப்பயன்

தேவதாரு இனத்தில் குத்துமரமாக வளரும் இதனைச் சரள தேவதாரு என்பர். இதன் கட்டை நாட்டு மருத்துவக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதனை வாங்கி வந்து இடித்து 10 கிராம் அளவு எடுத்து 1 குவளை நீரில் கலந்து குடிநீராகச் செய்து, காலை, மாலை, இருவேளை பருகிவர கபநோய்கள், பல்நோய், நடுக்குவாதம், கபகாய்ச்சல் ஆகியன விலகும். தொடர்ந்து 5 முதல் 10 நாட்கள் செய்துவர வேண்டும்.

தருக்களில் தேவ இனத்தைச் சார்ந்த தேவதாரு, குணத்திலும், பயனிலும் தேவத்தன்மையை யொத்த நன்மையை அளிக்கிறது என் பதில் ஐயமில்லை! ★ ★ ★

கருத்து மலர்கள்.

—டாக்டர் ந. சஞ்சீவி—

∴ மனிதனினும் பெரிது சட்டம்; சட்டத்திலும் பெரிது சமுதாயம்; சமுதாயத்தினும் பெரிது சான்றாண்மை:

∴ The legality of the morality is great; but greater is the morality of the legality.

∴ சட்டவியலும் ஆய்வியலும் :

∴ ஆண்டு, உயர்நீதி மன்றம் மீ உயர் நீதிமன்றம், வழக்கிட்டோர் பெயர்; பக்கம்—பத்தி.

ஒப்பீடு : நூல் பெயர்; ஆசிரியர் பெயர்; பதிப்பு எண்; பக்கம்—பத்தி—

∴ சட்டம், இலக்கியம் இரண்டிற்கும் உள்வீடு — உருவம் (Content & Form) இரண்டும் உண்டு.

∴ சட்டவியலும் திறனாய்வியலும் படைப்பியலும் :

In Law, interpretation and Judgement become law. So is criticism when becomes creation.

∴ Evary text has a context.

பண்டைய இந்தியாவின்
பண்பட்ட அழகுக் கலை

ஓர் அழகிய இள நங்கை முக அலங்காரம் செய்து கொள்வதில் மும்முரமாக ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்கிருள்.

மற்ருெரு பெண் அவளெதிரில் முகத்திற்கு நேராக கண்ணுடியைப் பிடித்தபடியே அந்நங்கையின் கூந்தல் அலங்காரத்தைச் சரி செய்கிருள்.

குஷான் நாட்டு நாகரீகத்தைக் காட்டும் இந்த அழகிய சிற்பம் மதுராவின் தூண்களில் செதுக்கப்பட்டிருக்கின்றது.

அந்தச் சிற்பங்கள் நம்மை சுமார் இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பிருந்த ஓர் உன்னதமான நாகரீக காலத்திற்கே அழைத்துச் செல்கின்றன.

அழகு சாதனங்களை அவர்கள் எப்போதிலிருந்து பயன்படுத்தினுர்கள் என்பது வரையறுத்து சொல்லமுடியாத ஒன்று.

பெண்கள் அழகைப் பாதுகாக்க அதிக கவனம் செலுத்தி வந்திருக்கிருர்கள் என்று பண்டைய இலக்கியங்கள் நமக்கு எடுத்துச் சொல்கின்றன.

புற்கள், மூலிகைகள், பச்சிலைகள், பூக்கள், காய்கறிகள், பழங்கள், பருப்பு வகைகள, முத்துக்கள் இவைகள்தான் பண்டைய பெண்களின் அழகில் பெரும் பங்கை வகித்தவை.

ஐயாயிரம் ஆண்குகளுக்கு முன்...

சிந்துசமவெளி நாகரிகம் முன்னேறி இருந்த நேரம். அவர்களாகவே தயாரித்துக்கொண்ட அழகு சாதனங்களைத்தான் பெண்கள் பயன்படுத்தினர்கள்.

முகப்பவுடர், சிவப்புப்பொடி, சூர்மா, கோஹ்ல், வாசனைத் தைலங்கள், மற்றும் பல மூலிகைகளிலிருந்து தயாராகும் அழகு சாதனங்கள் ஆகியவற்றை ரகசியமாகப் பாதுகாத்து, பரம்பரை பரம்பரையாகக் கற்றுக் கொடுத்தார்கள்.

புதை பொருள் ஆராய்ச்சிகளின் போது தோண்டி எடுக்கப்பட்ட கோஹ்ல் பெட்டிகள், சூர்மா குச்சிகள், தந்தத்தினுல் செய்யப்பட்ட பிடிகளை உடைய கண்ணுடிகள் ஆகியவைகளே இதற்குச் சான்று.

புத்தர் காலத்திலேயே முகத்திற்கு அழகு மூடிகள் (Beauty Masks) ஒரு வகை ஈர மண்ணினுல் செய்யப்பட்டு உபயோகப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

பாதாம் எண்ணெய், பன்னீர், ஸ்பர்மசெடி (Spermticea) என்ற ஒரு வகை எண்ணெய், தேன் மெழுகு-இவைகளைச் சேர்த்துக்

குழைத்து முகத்தில் பூசிக்கொள்வார்கள். இதனால் முகம் குளிர்ச்சி அடையும்.

ஆரஞ்சு அல்லது எலுமிச்சம் பழத்தின் தோல், கடலைப்பருப்புப் பொடி, பாலேடு இவைகளைக் கலந்து தடவி உடல் தோலைச் சுத்தமாக்கி இருக்கிறார்கள்.

சந்தனப் பவுடர், எள், கஸ்தூரி ஆகியவற்றைச் சேர்த்து பாலில் வேக வைத்து அதை உடலில் பூசியும் சுத்தம் செய்கிறார்கள்.

உடலில் உபயோகிக்க கோதுமை மாவிலிருந்தும் வாசனைப் பவுடர்கள் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளன.

அழகிய, ஒளிமயமான பெரிய கண்களாகத் தோற்றமளிக்க, காஜல் (Kajal), சுர்மா (Surma) முதலியவைகளை பலநூற்றாண்டுகளாகவே பெண்கள் பயன் படுத்தி இருக்கிறார்கள்.

நீலாஞ்சனக்கல் (Antimony), பன்னீர் ஆகிய இரண்டையும் கலந்து தயாரிக்கப்படுவது சுர்மா. வெள்ளியினால் ஆன ஒரு மெல்லிய கம்பியில் சுர்மாவைத் தொட்டு கண்களில் இட்டுக் கொள்வார்கள். கண்களுக்குப் பாதுகாப்பான அஞ்சனத்தைப் பற்றி 'அதர்வண வேதத்தில், சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. கண்கள் கருமை நிறத்துடன் தோற்றமளிக்க மை பூசியிருக்கிறார்கள். கனிந்த விளம்பழத்தின் சாறுதான் 'ஐ-ஷேடோ' (Eye Shadow).

கண்களின் வடிவம் நீளமாகவும் பெரியதாகவும் தோன்ற வேண்டுமல்லவா? இதற்காக அஞ்சனப் பூச்சை விழி முனைகளுக்கு அப்பாலும் நீளமாகப் பூசிக் கொள்வார்கள்.

வெற்றிலைப் பாக்குப் போடுவதனால் ஏற்படும் சிவப்பு, அல்லது அரக்கினால் தயார் செய்த ஒருவகைச் சாயம் பூசி உதடுகளைச் சிவப்பாக்கி வைத்திருந்தார்கள்.

பற்களைச் சுத்தமாகவும் உதடுகள் பவளம் போல் சிவந்து இருக்கவும் அக்ரூட் மரத்தின் (Walnut Tree) மிருதுவான பட்டைகளை எடுத்து வாயில் போட்டு மெல்லுவார்கள்.

புளித்த காடி (Vin gar)யில் ரோஜா இதழ்களைப் போட்டு ஊற வைத்து, கன்னங்களில் தடவி வந்தார்கள். இதனால் கன்னங்கள் இளம் சிவப்பாக மாறிப் பிரகாசித்தன.

நாகதாளி (Cactus), பீட்ரூட், பழுத்த ஸ்ட்ராபெர்ரி (Strawberry) முதலியவற்றைக் கலந்து சாறு பிழிந்து முகம் சிவப்பாகப் பூசினார்கள்.

கன்னங்களிலும், நெற்றியிலும் பலவித அலங்காரங்களைச் செய்வது அந்நாளில் முக்கிய வழக்கம்.

நெற்றியை அழகுபடுத்த இலைகளை டிசைன்களில் வெட்டி நெற்றியில் ஒட்டி விடுவார்கள்.

கன்னத்திலும், முகவாய்க் கட்டையிலும் மச்சம் மாதிரி புள்ளி வைப்டார்கள்.

ஹென்னா அல்லது மெஹந்தி-இவைகளும் அழகுக்காகப் பயன் படுத்தப்பட்டவைதான்.

மருதாணியின் இளந்தளிர்களை எடுத்து, தேவையான சாமான்களுடன் கலந்து நன்கு அரைத்து வைத்துக் கொள்வார்கள். இவை நிறத்தை மிகுதிப்படுத்தி, நீண்ட நாட்கள் வரும்.

கைகள், பாதங்கள், கேசங்கள் முதலிய பாகங்களில் இவைகளைப் பூசி கலை அழகுமிக்க பல டிசைன்களை உருவாக்குவார்கள்.

கஸ்தூரி, எள், மல்லிகை எண்ணெய், சந்தனம் இவைகளைக் கலந்து தயாரிக்கப்படும் குழைவைக்குப் பெயர் உப்டனு (Uptana). இதை உடலில் பூசி 'மாசேஜ்' செய்வார்கள்.

உடலில் தேவையில்லாத இடங்களில் வளரும் முடிகளைத் தடுக்க கடலைப் பருப்புப் பொடி, மஞ்சள் இவைகளைப் பூசிக் குளித்தார்கள்.

நறுமணத்துடனும், புத்துணர்ச்சியுடனும் திகழ வாசனைக் குழைவுகளைப் பூசி வந்தார்கள். கற்பூரம், குங்குமப்பூ இவைகளைக் கலந்து செய்த குழைவே சாதாரணமாகப் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்தது.

சந்தனம், தேன்மெழுகு (Resins) பூக்கள் இவற்றைக் கலந்து பூசி உடலில் ஏற்படும் துர்நாற்றத்தைப் போக்கி வந்தார்கள்.

''அரசனின் தர்பாரிலேயே உதவியாளர்கள் அவனுக்கு வாசனைத் திரவியங்களைப் பூசித் தேய்த்து விடுவார்கள்'' என்று கூறுகிறார். இந்தியா வந்த கிரேக்க யாத்ரீகரும் எழுத்தாளருமான மெகஸ்தனீஸ்.

குளிப்பதற்கு முன் எண்ணெய், தைலங்களைத் தேய்த்து உடலை 'மாசேஜ்' செய்வது சகஜமாக இருந்து வந்திருக்கிறது.

தண்ணீரில் வாசனைப் பொருள்களைக் கலந்து நிரப்பிய நீச்சல் குளங்களும் உண்டு.

நீளமான கருங்கூந்தலுக்கு மூலிகைகளில் இருந்து தயாரான எண்ணெய் வகைகளை உபயோகித்திருக்கிறார்கள். தேன் மெழுகிலிருந்து தயாரான ஒருவகை எண்ணெய் தலைக்குப் பூசும் வாசனை மெழுகாகவும் இருந்திருக்கிறது.

கூந்தலை அலங்கரிப்பதும், கூந்தலில் பூக்களைச் செருகி வைப்பதும் ஒரு கலையாகக் கருதப்பட்டிருக்கிறது.

'நன்றாக அலங்கரித்து, மாலை சூடி, சந்தன நறுமணம் வீச கவர்ச்சியான அழகுடன் கன்னிப் பெண்கள் இருப்பார்கள்' என்று பல இலக்கியங்களில் தெளிவாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

ஆண்கள் கூட தலைமுடி, மீசை இவைகளில் பல 'ஸ்டைல்'களை உண்டாக்கினார்கள்.

தாடிக்கு ஹென்னு 'சாயம் பூசியும் அழகுபடுத்தி வந்தார்கள்.

அத்தருக்கு ஏகக் கிராக்கி! ஏராளமாக அது பயன்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது.

காந்திகா அல்லது வாசனை திரவியம் தயாரிப்பவர் ஒரு நிபுணராகவே மதிக்கப்பட்டார். சந்தனம், சாம்பிராணி, பலவகைப் பூக்களில் இருந்து எடுத்த சாறு, இவற்றைக் கொண்டு பலவகையான வாசனைத் திரவியங்களைசெய்து வருபவரே காந்திகா (Ghandhika).

ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சிக்கெனவும் தனித் தனியே வாசனைகளை உபயோகப்படுத்தி வந்தனர்.

பண்டைய இந்தியாவில் இம்மாதிரி சொகுசான, அழகு சாதனங்களுக்கு அதிக முக்யத்துவம் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது.

ஒரேவிதமான 'மேக்–அப்'பினால் பெண்கள் திருப்தி அடையவில்லை. பலவித அலங்காரங்களை அவர்கள் விரும்பினார்கள். இதனால் விதவிதமான அழகு சாதனங்களைப் பயன்படுத்தி, வெவ்வேறு மனோநிலைகளை உண்டாக்கி மகிழ்ந்திருக்கின்றனர்.

—நன்றி, மங்கையர் மலர்.

நோயும் - மருந்தும்

கேள்வி : ஐயா, எனக்கு வயது 20. தலையின் இருபக்கங் களிலும் இளம் வழுக்கை சில ஆண்டுகளாக இருக்கிறது தாங்கள் இதனைத் தீர்க்க ஓர் எளிய மூலிகை மருந்து கூறவும்.

விடை : இளம் வழுக்கை பரம்பரை காரணமாக இருப்பின் குணமாவது சற்று கடினம். அண்மைக் காலத்தில் ஏற்பட்டதா யிருப்பின் எமது அவுரி தைலத்தை பயன்படுத்தி வருக. உணவில் இரும்புச் சத்துடன் வைட்டமின் 'ஏ', ஆகியன தரக்கூடிய கீரை, பழங்கள் இவற்றை சேர்த்துக் கொள்ளவும். முருங்கைக்கீரை, அரைக் கீரை, பொன்னாங்கண்ணிக்கீரை, பசலை, அகத்தி போன்றவற்றை சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

கேள்வி : எனது உள்ளங்காலில் வெடிப்பு ஏற்பட்டு எரிச்சல், நீர்க்கசிதல், அரிப்பு ஆகியன ஏற்பட்டு நடக்க முடிய வில்லை. இது தீர நல்ல வழி ஒன்று சொல்லவும்.

பதில் : மருதாணி இலையையும் மஞ்சள்துண்டு ஒன்று, சிறிது வேப்பிலை வைத்து மைபோல் அரைத்து படுக்கைக்குச் செல்லுமுன் வெடிப்புள்ள இடத்தில் தடவவும். கடுக்காயை உரைத்து அந்த விழுதையும் தடவிவரலாம். காலை வேளையில் ஆலம்பட்டை கஷாய மிட்டு அரைக்குவளை இருபது நாட்களுக்கு உட்கொள்ள இது குண மடையும். இல்லையேல் எமது மகா மூலிகை எண்ணை ஒரு பாட்டில் உட்கொள்ள இத்தொல்லைகள் யாவும் மறையும்.

கேள்வி : முகப்பரு நீங்க என்ன செய்யலாம்?

பதில் : முகத்தில் சேர்ந்திடும் அழுக்கு காரணமாக முகப்பரு அடிக்கடி வருவதுண்டு. எனவே முகத்தை அடிக்கடி வென்னீரால் கழுவி நல்ல துணியால் அழுத்தி துடைத்து சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ளவும். மஞ்சள் அரைத்துக் குளிப்பது பெண்களுக்கு நல்ல பலன் தரும். ஆண்களுக்கு எமது மூலிகை ஸ்நானப் பொடி மிகச் சிறந்த மருந்து. இதனைப் பெண்களும் பயன்படுத்தலாம். பலன் காணலாம்.

கேள்வி : வாய்க் கசப்பு எதனல் வருகிறது?

பதில் : அதிகமான சூடு காரணமாகவும், பித்தம் அதிகரிப்ப தாலும், உடல் வறட்சியுற்ற போதும் செரிமானமின்மை காரணமாகவும் வாய்க்கசப்பு ஏற்படும். நாரத்தை ஊறுகாய், புதின துவையல், கொத்துமல்லி கருவேப்பிலே சட்னி, பொடுதலே, மணத்தக்காளி ஆகிய கீரைகளை பருப்புடன் மசித்தல் ஆகியனவற்றை உணவுடன் உட் கொள்ள வாய்க்கசப்பு நீங்கும். அதிமதுரம் துண்டு ஒன்றினை வாயி லிட்டு அடக்கி, சப்பி சாப்பிட்டுவர வாய்க்கசப்பு நீங்கும்.

கேள்வி ; வெள்ளைப்பூண்டை உணவில் சேர்ப்பதால் என்ன பயன்?

பதில் : வெள்ளைப்பூண்டை உணவில் சேர்ப்பதால் ரத்தம் சுத்த மடைகிறது. வாய்வு விலகுகிறது. வாத நோய்கள் வராது தடுக்கப் படுகிறது. அண்மைக்காலத்தில் ரத்த அழுத்த நோய்க்கு பூண்டு நல்ல மருந்து என்று கண்டு பிடித்திருக்கிறார்கள்.

கேள்வி : தங்கள் இதழில் வெளிவரும் மூலிகை காயகல்பம் பற்றி முழு விபரம் அறிய அவா. காயகல்பம் என்றிருப்பதால் ஆண்மை சக்தியினைப் பெருக்கும் "நைட்பில்ஸ்" போல இவை பயன் படுமா? அருள் கூர்ந்து விளக்கம் தருக.

பதில் : காயகல்பம் என்ருல் நோய் வராது தடுக்கும் சக்தியை உடம்பில் வளர்க்கும் மருந்து என்பதே! இதனையே ஆங்கிலத்தில் Preventive medicine என்பர். Antibiotic மருந்துகள் உடம்பின் நோய்த்தடுப்பு ஆற்றலைப் பெருக்குவது போல, சித்த மருத்துவத்தில் நோய்த்தடுப்பு ஆற்றலைப் ஊக்குவிக்கும் காயகல்ப மருந்துகள் பல உள. பொதுவாக உடல் வளர்ச்சிக்கும், நோய்த்தடுப்பாற்றலுக்கும் உதவிடும், இரும்புச்சத்து, சுண்ணும்புச்சத்து, உயிர்ப்பாற்றல் (Vital force) ஆகியவற்றை நல்கிடும் மூலிகைகள் பற்றி சித்தர்கள் ஆங்காங்கே குறிப்பிட்டுள்ளார்கள். போகர் சத்தகாண்டம் எனும் நூலில் காயகல்பம் பற்றிய குறிப்புகள் அதிகமாக உள்ளன. இராமலிங்க அடிகளார் வல்லாரை, தூதுவளை, முசுமுசுக்கை, கரிசலாங்கண்ணி ஆகியவற்றை காயகல்ப மூலிகைகள் என்று குறிப்பிட்டுள்ளார்.

உடம்பின் இயல்பான சக்திகள் குறையும்போது வீரிய சக்தியும் குறையும். எனவே அதற்கென நைட்பில்ஸ் போன்ற இயற்கைக்கு

மாறுன முறையில் போக சத்தியைத் தூண்டக் கூடிய மருந்துகளை உட்கொள்வதைவிட உடம்பின் இயல்பான சக்திகளைப் பெருக்கிட, இயற்கை நெறிக்குட்பட்ட, சித்தர்கள் குறிப்பிடும் காயகல்ப மூலிகைகளைப் பயன்படுத்துவது அபாயமற்றது. அறிவியல் நெறிக்கும் உட்பட்டது.

இந்த நோக்கத்தின் அடிப்படையில் சித்தர்கள் குறிப்பிடும் இருபத்தேழு காயகல்ப மூலிகைகளைக் கொண்டும், அகத்தியர் பரிபூரணம் எனும் நூல் கூறும் சில பற்ப செந்தூரங்களைக் கொண்டும் தயார் செய்யப்படுவதே எமது மூலிகைக் காயகலபமாகும்.

நைட்பில்ஸ் போன்றவை சித்த மருத்துவத்திற்கு மாறுபட்டது. அதற்கும் மூலிகைக் காயகல்பத்திற்கும் எவ்விதத் தொடர்புமில்லை: நோய்த் தடுப்பாற்றலைப் பெருக்கி, உடலின் வளர்ச்சிதை மாற்றத்திற்கு உதவி, இயல்பான, இயற்கைக்கு, மாறுபடாத, அளவான போக சக்தியை அவரவர் உடல்நிலைக்கேற்றவாறு வழங்கிடும் ஒரு நல்ல மருந்து ''மூலிகைக் காயகல்பம்'' ஆகும்.

கேள்வி ; ஐயா, என் மகளுக்கு வெயில் காலத்தில் மட்டும் தொடர்ந்து வெளியேறிக் கொண்டேயிருக்கும் சிறுநீரினைக் கட்டுப்படுத்த நல்ல மருந்தொன்று சொல்லவும். வெயில்காலம் போய்விட்டால் இந்தத் தொல்லை வருவதில்லை.

பதில் : அன்புடையீர்! ஆவாரை, நீர் அரைக்கீரை ஆகியவற்றை அடிக்கடி உணவில் சேர்த்துவர நீர் அதிகம் செல்வது கட்டுப்படுத்தப் படும். ஆவாரை பஞ்சாங்க சூரணத்தை கஷாயமிட்டு காலையில் வெறும் வயிற்றில் உட்கொள்ளுதல் நல்லது.



மூலிகை மணி

வாசகர்கட்கு அரிய வாய்ப்பு !

மூலிகைமணி கண்ணப்பர் அவர்கள் நடத்தும்

மூன்றாவது

மூலிகை மருத்துவ வகுப்புகள்

மூலிகைகளை அறிதல், கற்பம், சூரணம், மாத்திரை, பற்பம், செந்தூரம், லேகியம், தைலம் ஆகியன செய்தல், நோய் கணித்தல், நாடிப்பார்த்தல், 35 வகையான முக்கிய நோய்களைப்பற்றி விளக்கமாக அறிதல் என்னும் 5 வகையில் அடங்கும் இவ்வகுப்புகள்,

---

மே மாதம் நடக்க இருக்கின்றது

காலை 9 மணி முதல் 12 மணி வரை மருத்துவ விரிவுரைகளும் மாலை 2 மணி முதல் 5 மணி வரை மருந்து செய்முறைகள் பற்றிய நேரடிப் பயிற்சியும் அளிக்கப்படும்.

இவைகள் தவிர,

100க்குக் குறையாத கடை மருந்துகளைப் பற்றிய அறிமுகமும் சுத்தி முறை விளக்கங்களும் 100க்கு மேற்பட்ட மூலிகைகளை நேரடியாக இனம் கண்டு தெளிய பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

குறைந்த கட்டணம்! நிறைந்த பயிற்சி!!

ரூ. 150 மட்டும் M. O. மூலமோ அல்லது நேரடியாகவோ செலுத்தி உடனடியாகச் சேரலாம்.

மூலிகை மணி கண்ணப்பர்
7, அருளாம்பாள் தெரு.
தி. நகர். சென்னை-600017.



வேலூரில் மருத்துவ ஆலோசனை

வாரந்தோறும் ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் வேலூரில்,

மூலிகை மணி அலுவலகம்

59, மாசிலாமணி முதலி வீதி

வேலூர்-1. (வ ஆ.)

முகவரியில், மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர் அவர்களைக் காலை 9 முதல் மாலை 4 மணி வரைச் சந்தித்து மருத்துவ ஆலோசனை பெறலாம்.

பொருள்களின் குண விளக்கம்

[சென்ற மாதத் தொடர்ச்சி]

தேன் வகை

மலைத்தேனின் குணம்

மலையிலிருக்கும் குறிஞ்சித் தேனினால் சிலேத்மகாசம் சுவாசம் விக்கல் கண் விரணம் சுரம் தேகக் கடுப்பு இவை நீங்கும். தீபனமும் நல்ல தொனி முண்டாம். இது ஔஷத அனுபானங்களுக்குதவும்.

கொம்புத் தேனின் குணம்

வாரிறுக்கிய மலையனைய கொங்கைகளையுடைய பெண்ணே! மாமரம் முதலிய மரக் கொம்புகளிற் கட்டுகின்ற தேன் திரிதோஷங்களையும் உளமாந்தையும் அரோசகத்தையும் நீக்குமென்க.

மரப் பொந்துத் தேனின் குணம்

அன்பு நீங்காத வாசனை பொருந்திய வண்டுகள் பாடுங் கூந்தலையுடைய பெண்ணே! மரப் பொந்துத் தேனில் ஜடராக்கினியும் உஷ்ணமும் உண்டாம். வமனம் மாந்தாக்கனி, பலவித விக்கல் ரோகம் அரோசகம் இருமல் சுவாசம் க்ஷயம் அதிதூல ரோகம் ஆகியவைகள் போமென்க.

புற்றுத் தேனின் குணம்

கொப்பெண்ணுங் காதணியையுடைய பெண்ணே! புற்றில் கட்டுகின்ற தேனுக்கு கபதோஷம் இருமல் ஈளை வாந்தி நேத்திர ரோகம் ஆகிய இவைகள் நீங்குமென்க.

மனைத் தேனின் குணம்

வீடுகளிற் கட்டுகின்ற தேனுக்கு விரணம் புரையோடல் கரப்பான் நேத்திர விரணக்கிருமி புழுவெட்டு சிலேத்மகோபம் காசம் ஆகிய இவைகள் நீங்கும். ஜடராக்கினியுண்டாமென்க.

புதிய தேனின் குணம்

பூரண சந்திரனென்றுரைக்கும் வதனத்தையுடைய மாதரசே! புதுத் தேனினுல் நிறைந்த ஆயுளும், சரீர வெப்பமும், தேஜசும் உண்டாம். மிகவுஞ் சேர்ந்தால் அருசியுஞ் நெஞ்சிற்கபமும் விளையும்.

பழைய தேனின் குணம்

பெண்களுக்குள் நாயகம் போல்பவளே! புளிப்பும் இனிப்புங்கலந்த சுவையையுடைய பழைய தேனுனது வாத ரோகக் கூட்டத்தையும் வயிற்றெரிச்சலையும் வாதமூல ரோகத்தையும் விளைக்கும். மருந்தினது நற்குணங்களைக் கெடுக்குமென்க.

மர வகை

சந்தன மரத்தின் குணம்

சாதிச் சந்தன மரக்கட்டையைக் கிரமப்படி யனுபவிப்பவர்கட்கு நல்ல விவேகமும் மன மகிழ்ச்சியும் லட்சுமி விலாசமும் சரும தாது ஒளியும் மாதரிச்சையு முண்டாம். சீழ்ப் பிரமியம் நீங்கும்.

தேவதாருவின் குணம் இது தேவ்தாரம் என மருவியது

தேவதாருக்கட்டை நாசி ரோகம் பழையசுரம் சலதோஷம் சரீர வெப்பம் ஆகிய இவைகளை நீக்குமென்க.

சரள தேவதாருவின் குணம்

சரள தேவதாருக் கட்டையினுல் அபஸ்மார ரோகம் சிலேத்ம தோஷம் தந்த நோய் இரைப்பு ஐவகை வலி கர்ணநாத ரோகம் நடுக்குவாதம் கபச்சுரம் இவைகள் நீங்குமென்க.

அகில் மரத்தின் குணம்

வண்மை திகழும் பெண்ணே! அகில் கட்டை விருத்தர்களுடைய தளர்ந்த தேகத்தையும் இருக்கும். இதன் வாசனையால் சிற்சில சுரம் நீங்கும். புகையால் வாந்தியும் அருசியும் அயர்ச்சியும் நீங்குமென்க.

அகரு மரத்தின் குணம்

சுகநும் மயங்குந் தனங்களையுடைய பெண்ணே! அகருக் கட்டையினுல் பீநசம் தலைக்குத்து வாதம் தினவுள்ள புடைகள் ஆகியவைகள் போகுமென்க.

(தொடரும்)

சித்த மருத்துவத்தில் குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு முறைகள்

க. வேங்கடேசன்
தமிழ்த்துறை, சென்னைப் பல்கலைக் கழகம்

குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு மருந்தைத் தேடி

கி. பி. 2000ஆம் ஆண்டிற்குள். இந்தியாவின் மக்கள் தொகை 110 கோடிகள் ஆகிவிடுமென்றும் தீவிர குடும்பக்கட்டுப்பாட்டுத் திட்டத்தின் மூலம், அதனைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும் என்றும், நான்காவது ஐந்தாண்டுத் திட்ட அறிக்கை எச்சரித்தது. அதன் எதிரொலியாக, கடந்த 5 ஆண்டுகளில் நாடெங்கும் தீவிர குடும்பக் கட்டுப்பாட்டுத் திட்டங்கள்—ஆராய்ச்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டன. தற்போது நடைமுறையில் உள்ள குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு முறைகளைத் தீவிரமாகச் செயல்படுத்தியதின் விளைவாக 110 கோடியளவு—89 கோடியாகக் குறையும் என்று நம்பப்படுகிறது. 1000-க்கு 29 வீதம் பிறப்பு விகிதம் குறைந்துள்ளதாக அறிக்கைகள் குறிப்பிடுகின்றன.

தீவிர குடும்பக் கட்டுப்பாட்டுத் திட்டத்தின் கீழ், அபாயமற்ற மருந்துகளைக் கண்டுபிடிக்கும் வகையில், பல்வேறு மருத்துவ முறைகளிலும் உள்ள குடும்பக்கட்டுப்பாட்டு மருந்தாய்வுத் திட்டங்களை மேற்கொள்ள, மத்திய அரசு பல உதவிகளை அளித்து வருகிறது. அபாயமற்ற, எளிமையான செலவில் தயாரிக்கக் கூடிய நிறைவான பலனைத்தரும் குடும்பக்கட்டுப்பாட்டு மருந்தினைக் கண்டு பிடிக்கும் மருத்துவருக்கு அரசாங்கம் ஒரு இலட்சரூபாய் பரிசு அளிப்பதாக, குடும்பக்கட்டுப்பாட்டு அமைச்சர் டாக்டர் எஸ். சந்திரசேகர் அவர்கள் அறிவித்திருந்தார். இவ்வகையில் அரசாங்கத்திற்கு ஆலோசனை கூறும் 24 பேர் கொண்ட வல்லுநர் குழுவினையும் அமைத்தார். 1967ஆம் ஆண்டு, நாடெங்கிலும் உள்ள இந்திய மருத்துவர்களுக்கு இத்திட்டம் அறிவிக்கப்பட்டது. குடும்பக்கட்டுப்பாட்டுக்குரிய மருந்து முறைகள், ஆயுர்வேத—யூனானி மருத்துவர்களிடமிருந்து நூற்றுக் கணக்கில் மத்திய அரசுக்குச் சென்றன. ஆனால் தமிழகத்திலிருந்து, சித்த மருத்துவ முறையில், ஒரே ஒரு மருந்து முறை, மதுரையிலிருந்து அனுப்பப்பட்டது.

இதன் காரணமாக, சித்த மருத்துவத்தில் குடும்பக்கட்டுப்பாட்டு முறைகள் இல்லையோ என்ற ஐயம் பலருக்குத் தோன்றியுள்ளது. குடும்பக்கட்டுப்பாட்டுத் திட்டத்திற்கு, சித்த மருத்துவம் போதிய முறைகளை அளிக்கவில்லை என்ற எண்ணமும் பலரிடையே எழுந்துள்ளது. இந்நிலையில் உண்மையைக் காணப் பண்டைய சித்த மருத்துவ நூல்களையும், வழக்கிலுள்ள நாட்டுப்புற மருத்துவ முறைகளையும் அணுகிப் பார்த்த அளவில் சித்த மருத்துவ முறையில் ஏராளமான குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு மருந்து முறைகள் உள்ளன என்பதை அறிய முடிந்தது.

இந்திய அரசின் சட்டபூர்வமான ஆதரவு பெற்றுத் தீவிரமாகச் செயல் பட்டு வரும் 'குடும்பக் கட்டுப்பாட்டுத் திட்டம்' சாதி, சமய, இன பாகுபாடின்றி அனைவராலும் பின்பற்றத் தக்கதே. 'கணவன்—மனைவி—குழந்தைகள்' ஆகியோரின் கூட்டுறவால் அமையும், ஒவ்வொரு தனிக் குடும்பமும் செழிப்பான நல்வாழ்வு பெற உதவுவதில் இத்திட்டம் ஒன்றே ஏற்புடையது என்பதில் இருவேறு கருத்துக்கு இடமில்லை. ஆனால் இத்திட்டத்தினைச் செயல்படுத்துவதில் ஏற்படும் சில சிக்கல்கள், மக்களிடையேயும், மருத்துவர்களிடையும் விவாதங்களை ஏற்படுத்தி உள்ளன. அதன் காரணமாக,

அபாய மற்ற,
எதிர் வினைவு இல்லாத,
பாதுகாப்பான,
எளிமையான,

குடும்பக்கட்டுப்பாட்டு மருந்தினைக் கண்டு பிடிக்கும் அரிய பணியில், இந்தியாவெங்கிலும் உள்ள நவீன மற்றும் நாட்டுப்புற மருத்துவர்கள் அனைவரும் ஈடுபட்டுள்ளனர். ஆனால் இதுவரை அத்தகைய மருந்து கிடைக்கவில்லை. கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. இம் முயற்சிக்கு உதவிடும் வகையில், சித்த மருத்துவத்தில் கூறப்பட்டுள்ள பல்வேறு குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு முறைகளைத் தொகுத்து ஆய்வுக்கு உட்படுத்துவதே இக் கட்டுரையின் நோக்கம் ஆகும்.

சித்த மருத்துவத்தில் குடும்பக்கட்டுப்பாட்டு முறைகள்

சித்த மருத்துவம், தமிழகத்தில் தோன்றி சித்தர்களால் நெறிப் படுத்தி வளர்க்கப்பட்டதாகும். எனவே, தமிழ் மொழியில் உள்ள இலக்கிய நூல்களையும், சித்தர்கள் பாடியுள்ள மருத்துவ நூல்களையும்

அணுகியபோது, குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு முறைகள் பலவற்றைத் தொகுக்க முடிந்தது.

தொகுக்கப்பட்டவற்றை,

(1) இயற்கை வழிக்கட்டுப்பாட்டு முறைகள்

(2) செயற்கை வழி மருந்துமுறைகள்.

எனும் இருபெரும் தலைப்புகளில் பகுத்து ஆய்வு செய்யலாம்.

இயற்கை வழி கட்டுப்பாட்டு முறைகள்

அகப்புற மருந்துகளின் உதவி ஏதுமின்றி சில வகைப் பழக்க வழக்கங்களை இயற்கைக்கு முரண்பாடின்றி மேற்கொள்வதன் மூலம், தொன்றுதொட்டே, குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு திட்டம் இந்துக்களிடையே நிலவி வந்துள்ளது.

(1) புணர்ச்சியைக் குறிப்பிட்ட நாட்களில் விலக்கல்.

(2) கருத்தரிக்காத நாட்களில் புணர்தல்.

(3) பாலூட்டும் காலத்தில் புணர்தல்.

போன்ற சில முறைகள் இயற்கை வழிக் கட்டுப்பாட்டு முறைகளாகும். இம்முறைகளைக் கடைப்பிடிக்க மனக் கட்டுப்பாடும், பொறுமையும் மட்டுமே வேண்டப்படுகின்றன. எவ்வித பொருட்செலவும், எதிர் விளைவுமின்றி இயற்கைக்கு மாறுபடாத வகையில் இம் முறைகள் அமைவதால், இவை பின்பற்றத்தக்கனவாகும்.

குறிப்பிட்ட நாட்களில் புணர்ச்சியை விலக்கல்

நாள், கோள், விழா, விரதம், பூப்பு ஆகியன காரணங்களினால், புணர்ச்சியை விலக்குவதன் மூலம், குடும்பக் கட்டுப்பாடு எவ்விதப் புறத்தூண்டுதலின்றி இயல்பாக, பண்டைய மக்களிடையே நிகழ்ந்து வந்தது எனலாம். பழந்தமிழ் இலக்கண நூலாகிய 'தொல்காப்பியம்', தீயராசியின் கண்ணும், தீய நாளின் கண்ணும் புணர்தல் கூடாது என்று தலைமகனுக்கு அறிவுறுத்தியுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது. பண்டைய மருத்துவப் பாடலொன்று தீய நாள் கோள்களைப் பற்றிய பட்டியலைக் கீழ்க்கண்டவாறு விளக்குகிறது.

' ஆதிரை பரணி கிருத்திகை ஆயில்யம் முப்பூரம்
கேட்டை தீதுறும் விசாகம் அவிட்டம் சுவாதி
மகம் ஈருறில் பாயினில் படுத்தோர் தேருர்;
மாதரைப் புணர்ந் தோர் தேருர்; வழிநடை
சென்ரேர் மீளார், பாம்பின்வாய் தேரை தானே.''

மொத்தம் உள்ள 27 கோள்களில், இப்பாடலில் கூறப்பட்டுள்ள

திருவாதிரை, பரணி, கிருத்திகை, ஆயில்யம், பூரம், பூராடம், பூரட்டாசி, கேட்டை, அவிட்டம், விசாகம், சுவாதி, மகம் ஆகிய 12 கோள்கள் வரும் 12 நாட்களாகும்; அந்நாட்களில் புணர்வதால் பல்வேறு நோய்களும், துன்பங்களும் வரும். எனவே, முன்னேர்கள், இப் பன்னிரெண்டு நாட்களையும் விலக்கினர். இதனைத் தொடர்ந்து காலற்ற நாட்கள், எனக் கீழ்க்கண்ட கோள்கள் வரும் நாட்களையும் புணர்ச்சிக்குத் தகாத நாட்களாக ஒதுக்கினர்.

நாள்		கோள்
காலற்ற நாட்கள்	——	கார்த்திகை, உத்திரம், உத்திராடம்.
உடலற்ற நாட்கள்	——	மிருகசீரிடம், சித்திரை, அவிட்டம்.
தலையற்ற நாட்கள்	——	புனர்பூசம், விசாகம், பூரட்டாதி.

இந்த நாட்களில் புணர்ந்தால் பெண் மலடாகி விடுவாள் என்று கீழ்க் கண்ட சோதிடப் பாடல் குறிப்பிடுகின்றது.

" கால்லற்றன உடலற்ற நாளிற்
கோலுக்குரி மடைவார் தமைக்கூடின் மலடாவாள்.''

வானவெளியில் இயங்கும் கோள்களுக்கும், மனித உடல் இயக்கத்திற்கும் தொடர்புண்டு என்பதைச் சித்தர்கள் பெரிதும் வலியுறுத்தி, நாள் கோள் பார்த்து மருத்துவம் செய்வார்கள். அவ்வகை யில், இப்பாடலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள 9 நாட்களும் புணர்வதற்கு நீக்கப்பட்டவை—காரணம் மலடாகி விடுவாள் என்பது. தற்போது 'மலடாக்குவது' கட்டுப்பாட்டு திட்டத்தில் ஆராயப்படும் முறைகளில் ஒன்ருகும். இக் கோள்கள் வரும் நாட்களில், மனித உடலில் ஏற்படும் மாற்றங்களை ஆய்வு செய்தும், அந்த நாட்களில் புணர்வதால் கருத்தரிக் காமல் போகுமா என்பதையும் ஆய்ந்தால், முன்னேர் அளித்த இம்முறை சிறந்த முறையாக அமையும். முற்கூறிய 12 நாட்களும், மேற்கூறிய 9 நாட்களும் புணர்வதற்கு ஒவ்வாத நாட்களின் பட்டியலில் சேர்ந்துவிட்டதால், எஞ்சிய 7 நாட்களே புணர்வதற்குரிய நாட்களாக அக்காலத்து இருந்திருக்கும் போலும். அதிலும், அமாவாசை, முழுநிலவு, முகமழிக்கும் நாட்களில் புணர்தல் கூடாது என்று மேலும்

விலக்குவர். இவ்வாறு திங்கள் ஒன்றில் பெரும்பாலான நாட்களை முன்னோர்கள், நாள் கோள் காரணம் காட்டி புணர்ச்சிக்குரியன அல்லாத காலமாகக் கருதி விலக்கியதால், மக்கட் பெருக்கம் கட்டுப் பட்டு இருந்தது போலும் என எண்ணத் தோன்றுகிறது.

இவ்வாறு திங்கள் தோறும் பல நாட்களை விலக்கிய முன்னோர் ஆண்டுக்கு ஒரு திங்கள் முழுமையும், புணர்ச்சியை விலக்கினர். ஆடித் திங்கள் முழுதும் மகளிர், தம் தாய் வீட்டிற்குச் சென்றுவிடுவர். அக்காலத்து, கணவன் மனைவியைப் பார்த்தல் கூடாது; காரணம் ஆடித் திங்களில் கருத்தரித்தால் சித்திரைத் திங்களில் கடும் வெப்பத்தில் மகவு பிறக்கும் என்றும் அதனால் தாய்—சேய்க்கு உடல்நலம் கேடுறும் என்றும், அத்துடன், குடும்பத்திற்கு அதனால் தீமைகள் வரும் என்றும் நம்பி, ஆடித் திங்களை புணர்ச்சிக்கு ஒவ்வாத திங்களாக ஒதுக்கினர். இப் பழக்கம் மிக அண்மைக்காலம் வரையில் கடுமையாக இந்துக் குடும்பங்களில் பின்பற்றப்பட்டு வந்தது; ஆயின், தற்போதைய நாகரீக வளர்ச்சிக்கேற்ப, இக் கருத்துகள் வலு விழந்து, இப்பழக்கம் தளர்ந்தமையால், மக்கட் பெருக்கம் நாளடைவில் பெருகியது. என்றாலும், இப்பழக்கம், குடும்பக் கட்டுப்பாட்டுத் திட்டத் திற்கு மிகப் பெரிய ஆதரவை இயல்பாக நல்குகிறது எனலாம்.

மாத விலக்கும்—புணர்ச்சி நீக்கமும்

இன்றளவும் பின்பற்றப்பட்டு வரும் பழக்கம், மாத விலக்கு நிகழும் காலத்தில், கணவன்—மனைவி புணர்ச்சி நிகழ்வதில்லை. இக்காலத்தில் புணர்தல் கூடாது என்பதை பழந்தமிழ் நூல்கள் தெளிவாகக் குறிப்பிடு கின்றன.

“பூப்பின் புறப்பா டீராறு நாளும்
நீத்தகன் றுறையார் என்மனார் புலவர்” (தொல்காப்பியம், கற்பியல் 187)

“முந்நாள் அகத்தும் அதுவரை இன்றே” (“ களவியல் 122)

“தீண்டாநாள் முந்நாளும் நோக்கார் நீராடியபின்
ஈராறு நாளும் இகவற்க என்பதே (ஆகாரக் கோவை-42)
பேரறி வாளர் துணிபு”

ஆகிய பழந்தமிழ் நூற் கருத்துகள், மாத விலக்குக் காலத்தில் புணர்தலைத் தடுக்குமாறு அறிவுறுத்தி இருப்பது கருதத்தக்கது. இப் பழக்கம் இன்றளவும் இந்துக்களிடையே கட்டாயமாகப் பின்பற்றப்பட்டு வருவது கண்கூடு. இந் நாட்களை விலக்கியே தீரவேண்டும். பூப்

நிகழும் காலத்தில் புணர்வதால், இருபாலருக்கும் 'சூதக சன்னி' எனும் கொடிய நோய் ஏற்படும் என்றும் அதனுல் உயிருக்கே ஆபத்து உண்டாகும் என்றும் சித்த மருத்துவர்கள் எச்சரிப்பர். தற்கால மருத்துவர்கள், இக்கருத்துக்கு உடன்படா விட்டாலும்; மாதவிலக்குக் காலத்தில் மகளிர் இரத்தக் கசிவு காரணத்தாலும், வயிற்றுவலி, இடுப்பு வலி காரணமாகவும், வலிமை குன்றியும், புணர்ச்சியை வெறுத்தும் இருப்பர். அக்காலத்தில் வலிய புணர்வது, நலக்கேடும், சுகாதாரக் குற்றத்தையும் உண்டாக்கும், என்றுகருதுவதால், அவர்கள், இந் நாட்களை விலக்குவதை ஓரளவு ஏற்றுக் கொள்கின்றனர்கள்.

இவ்வாறு, முன்னோர்கள் புணர்ச்சிக்குத் தகாத நாட்களை விலக்கிக் குடும்பக் கட்டுப்பாட்டினை ஒரு திட்டமாகக் கருதாமல், பழக்கமாகக் கருதிப் பின்பற்றியதால் மக்கட் தொகை இவ்வளவிலாவது கட்டுப் பட்டுள்ளது. இன்றளவும் நடைமுறையில் உள்ள

ஆடித் திங்கள் பிரிவு
மாதவிலக்குக் காலப் பிரிவு

ஆகியன காரணமாக, மேலும் மக்கட் தொகை பெருகாமல் தடுக்கப் படுவது, இந்தியப் பண்பாட்டுச் சிறப்பினையும், முன்னோரின் அறிவுத் திறனையும் உணர்த்துகின்றது.

கருத்தரிக்காத நாட்களும்—புணர்ச்சியும்

மகளிர்க்கு மாத விலக்கு என்பது 28 நாட்களுக்கொருமுறை நிகழ்வதாகும்; இதில் மாதவிலக்கு நிகழும் மூன்று நாட்களும் விலக்கு பெறும். அதற்கடுத்து வரும் பன்னிரெண்டு நாட்களும் புணர்தற்குரிய நாட்கள் எனத் தொல்காப்பியர் கருத்துரைக்கின்றார். அவர் கருத்துப்படி,

1†	2†	3†	4°	5°	6°	7°	8°
9°	10°	11°	12°	13°	14°	15°	16°
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	26	27	28			

16 முதல் 28 வரை நாட்களில் கருத்தரிக்க இயலாத காலமாதலால் அதனைத் தொல்காப்பியர் புணர்தற்குரிய காலமாக வலியுறுத்தவில்லை. குடும்பக் கட்டுப்பாடு உணர்வு முகிழ்க்காத தொல்காப்பியர் காலத்தில், 4 முதல் 15 வரையுள்ள காலம் கருதரிக்க உதவிடும் காலமாதலால்,

† பூப்பு நிகழும் காலம்
° கருத்தரிக்க உதவும் புணரும் காலம்.

அக்காலத்திற்கே ஏற்புடையதாகுமேயன்றி, தீவிர குடும்பக் கட்டுப் பாட்டினை வலியுறுத்தும் இக்காலத்தில் 16 முதல் 28வரை உள்ள நாட்களே புணர்தற்குரிய காலமாகும். கொள்கையில் மாறுதல் ஏற்படும் போது நடைமுறைகளும் மாறுபடுவது போல், தொல்காப்பியர் காலத் துக்கும், தற்காலத்துக்கும், மக்கட்பேறு பற்றிய கொள்கை வேறுபடுவ தால், தொல்காப்பியர் புணர்ச்சிக்குரியதாகக் கருதும் பன்னிரெண்டு நாட்களும் ஒதுக்கப்பட வேண்டிய நாட்களாகும்.

திருமூலர் கருத்து

தொல்காப்பியர் கூறும் பன்னிரெண்டு நாட்களைப் புணர்தற் குரியவை அல்ல என்று மறுக்கும் வகையில் திருமூலர் கூறும் கருத்து அமைந்துள்ளது. திருமூலர் கருத்துப்படி பூப்பு நிகழும் காலத்தை யொட்டிய முன்பின் எட்டு நாட்களும் கருத்தரிக்க இயலாத காலமாகும். இவ்விரு காலத்திற்கும் இடைப்பட்ட பன்னிரெண்டு நாட்களே கருத் தரிக்கும் காலம் என்றும் அக்காலத்தே புணர்தல் நன்று என்றும் திருமூலர், கருதுகின்றார். அவர் கருத்துப்படி.

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28				

திருமூலர் கருத்தும் – தொல்காப்பியர் கருத்தும் முரண்படுகின்றன. திருமூலர் கருத்துப்படி குடும்பக் கட்டுப்பாட்டிற்கு உகந்த புணரும் காலம்,

4 முதல் 8 வரையுள்ள நாட்களும்

21 முதல் 28 வரையுள்ள 13 நாட்களும் ஆகும்.

தற்கால அறிவியலார் கருத்து :

தற்கால அறிவியல் மருத்துவர்களின் கணிப்பின்படி மாதவிலக்கு நிகழும் முன் 10 நாட்களும், அடுத்த விலக்கு ஆரம்பமாகும் முன் உள்ள 10 நாட்களும் கருத்தரிக்க இயலாத காலமாகும், இவ்விரு காலத் திற்கும் இடைப்பட்ட எட்டு நாட்களே கருவமையும் காலமெனக் கருதுவர். அவர்கள் கூற்றுப்படி,

‡ பூப்பு நிகழும் காலம்.

*கருத்தரிக்க உகந்த நாட்கள்

1†	2‡	3†	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	
19	20	21	22	23	24	25			
26	27	28							

1—3 வரை பூப்பு நிகழும் காலம்.

11—18 வரை கருதரிக்கும் காலம்.

4—10 | 17 நாட்கள் கருத்தரிக்க இயலாத காலம்.

19—28 | (குடும்பக் கட்டுப்பாட்டிற்குரிய காலம்).

தொல்காப்பியர் கூறும் கருத்தும் தற்கால அறிவியலார் கருத்தும் முற்றிலும் முரண்படுகின்றது. ஆயின் திருமூலர் கருத்தும், தற்கால அறிவியலார் கருத்தும் ஏறக்குறைய ஒத்திருப்பதால்; (திருமூலர் மாதவிலக்குக்கு முன்பின் எட்டுநாட்கள் என்கின்றுர்; தற்கால அறிவியலார் மாதவிலக்குக்கு முன்பின் 10 நாட்கள் என்பர்,) திருமூலர் கருத்தினை ஏற்பது தற்கால அறிவியலுக்கு பொருந்துகிறது எனலாம், எனவே, கருத்தரிக்க இயலாத நாட்களில், புணர்வதும், கருத்தரிக்கும் வாய்ப்புடைய நாட்களை விலக்குவதும், இயல்பான—இயற்கைக்கு மாறுபடாத குடும்பக் கட்டுப்பாடுத் திட்டம் ஆகும்.

இம்முறையில் உள்ள குறைகள்

இம்முறையில் சில நன்மைகள் இருந்த போதிலும், சிலகுறைகளும் உள்ளன.

1. படித்தவர்களே இம்முறையினைப் புரிந்து பின்பற்ற இயலும்.
2. 'மாதவிலக்கு' என்பது எல்லோருக்கும் 28 நாட்களுக்கு ஒருமுறை ஒழுங்காக எப்போதும் வருவதில்லை. ஏறுமாருக முன்னதாகவும், தள்ளியும் வரக்கூடிய சிக்கலான நிலைமைகள் உண்டாவதால், சரியான முறையில் கணக்கிட்டுப் பின்பற்ற இயலாது, அப்படிப் பின்பற்றினுலும், இயற்கையாக, உடம்பில் அவ்வப்போது ஏற்படும் மாற்றங்கள் இக் கணக்கினைத் தவருக மாற்றிவிடும். அதனுல் இம்முறை முழு வெற்றி தரத் தக்கதல்ல.
3. பாமரர்க்கு இம்முறையைப் புரியவைப்பதும், அவர்கள் பின்பற்றுவதும் இயலாது.

குடும்பக் கட்டுப்பாடு திட்டத்தினைப் பெரிதும் ஏற்காத ரோமன் கத்தோலிக்கர்கள், இம்முறையைப் பின்பற்றுவதாகவும், மறைந்த போப் ஒருவர் இம்முறையை அனுமதித்து ஆதரித்ததாகவும், தெரிய வருகிறது. என்ருலும் தவருன கணிப்புகளாலும், இளம் வயதுடைய வலிமையான கணவன்—மனைவியரிடையே இம்முறை வெற்றி பெற வாய்ப்பில்லை என்றும் கருதுகின்ருர், இம்முறையில் ஆழ்ந்து ஆய்வு செய்த மேரி ஸ்டோப்பு.

(தொடரும்)

கற்பூர சிலாசத்து

டாக்டர். எஸ். எஸ். முகம்மது

உலகில் உள்ளவற்றை அசையும் பொருள்கள் அசையாப் பொருள்கள் என நான்கு வகையாகப் பிரிக்கலாம் என்று முந்திய சீருக்காரம், அன்னபேதி, பற்றி பார்க்கும் போது பார்த்தோம். இவற்றில் நான்காவது இடத்தைப் பெறுவது 'உபரசம்' என்பதாகும்,

இந்த உபரசம் மொத்தம் நூற்றி இருபதாகும். இதை போகர் காரசாரத் துறையில் 'தாளப்பா உபரச நூற்றிருபதாகும்' என்று கூறுவதில் இருந்து அறிகிறோம்.

இவற்றில் சில : கற்பூரச் சிலாசத்து, கோமூத்திரச் சிலாசத்து, காவிக்கல், துரிசு: நிமினா, நண்டுக்கல், கற்சுண்ணம் போன்றவைகளைக் கூறலாம்.

சிலாசத்தில் இருவகை இருக்கின்றன.

1. கற்பூரச் சிலாசத்து.
2. கோமூத்திரச் சிலாசத்து

நாம் இப்போது நோக்குவது கற்பூரச் சிலாசத்து. கற்பூரச்சிலாசத்தை. தெரியாத வைத்தியரே இல்லை யெனலாம். ஏனென்றால் உஷ்ணசம்பந்தபட்ட வியாதி என்ற உடனேயே எல்லாவைத்தியருக்கும் நினைவில் வரக்கூடியதும், இதன் செயல் வெள்ளிபற்பத்திற்கு நிகராக இருக்கக் கூடியதும், மிகவும மலிவானதும் ஆகும்

கற்பூரச் சிலாசத்தில் இரும்பு, படிகம் ஆகிய இரு தன்மைகள் கலந்து இருப்பதாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் வரையறுத்து உள்ளனர்.

அயம், காந்தம், சீனம் ஆகியவற்றிற்கு கற்பூரச் சிலாசத்து சத்துருவாகவும், நாகத்திற்கு மித்திருவாகவும் அமைந்து, வாத முறைக்கு மிகவும் உதவியாக அமைந்துள்ளது.

சிலாசத்து இயற்கையில் பூமியில் இருந்து வெட்டி எடுக்கக் கூடியதும், செம்மை நிறம் அல்லது வெண்மை நிறத்திலும் இருக்கக் கூடியதும் ஆகும். சிலாசத்து நேபாளத்தில் துவர்ப்பு பூமியில் இருந்து வெட்டி எடுக்கப்படுகிறது. இதில் வெண்மை நிறத்தைச் சேர்ந்த சிலாசத்து மிகவும் நல்ல பயனை அளிக்கக் கூடியது. ஆதலால் வெண்மை நிற சிலாசத்து மிகவும் உயர்ந்தது.

கற்பூரச் சிலாசத்தின் சுத்தி முறைகள் :—

வேண்டிய அளவு கற்பூரச் சிலாசத்தை எடுத்துக் கொண்டு, இது மூழ்கும்வரை பால் ஊற்றி பால் சுண்டக் காய்ச்சி எடுத்து, பின் நீரில் கழுவி எடுக்கச் சுத்தி ஆகும்.

பசுவின் பாலில் சிலாசத்தை தோலாந்திரமாகக் கட்டிப் பால் சுண்ட காய்ச்சி எடுக்கச் சுத்தியாகும்.

சிலாசத்தை மூழ்கும்வரை இளநீரை இட்டு, நீர் சுண்டக் காய்ச்சி, பின் நீரில் கழுவி எடுக்கச் சுத்தியாகும்.

வேண்டிய அளவு சிலாசத்தை மூன்று மணி நேரம் சோற்றுக் கற்றாழைச் சாற்றில் நன்ருக அரைத்து, சூரியனில் காயவைத்து எடுத்துக் கொள்ள சுத்தி ஆகும்.

சிலாசத்தை தாமரைக் கிழங்கின் சாற்றில் மூன்று மணிநேரம் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து, வெய்யிலில் காயவைத்து எடுத்துக் கொள்ள சுத்தியாகும்.

வேண்டிய அளவு சிலாசத்தை எடுத்துக் கொண்டு சிலாசத்து மூழ்கும் வரை கழுதையின் சிறுநீரை ஊற்றி அடுப்பில் ஏற்றி நீர் சுண்ட எரித்துக் கொள்ள சுத்தி ஆகும்.

ஒரு சட்டியில் சிலாசத்தை இட்டு, மூழ்கி நிற்குமாறு எலுமிச்சம் பழச்சாற்றை ஊற்றி அடுப்பில் ஏற்றி, நீர் சுண்ட எரித்துப், பின் எருக்கம் பாலில் 48 மணிநேரம் ஊறவைத்துப் பின் நீரில் கழுவி எடுக்க சுத்தியாகும்.

அல்லிக் கிழங்கின் ரசத்தில் மூன்றுமணி நேரம் சிலாசத்தை அரைத்து, காயவைத்து எடுக்கச் சுத்தியாகும்.

முள்ளிக்கீரை சாறு மூழ்கி நிற்குமாறு சிலாசத்தை போட்டு, நீர் சுண்ட அடுப்பில் ஏற்றி, எரித்து பின் கழுவி எடுத்துக் கொள்ள சுத்தி ஆகும்.

சிலாசத்து ஒரு பங்கும்; இதில் பதினுறில் ஒரு பங்குகள் திராக்ஷை, அதிமதுரம், சந்தனத்தூள் ஆகியவைகளை எடுத்து, இளநீரில் கலந்து, சிலாசத்தை தோலாநதிமாக கட்டி 9மணி நேரம் எரித்து எடுத்துக் கொள்ள சுத்தியாகும் இம்முறை உயர்ந்த சுத்திமுறை. இம் முறைப்படி சுத்தி செய்த சிலாசத்தை தூள்பண்ணி அனுபானங்களில் கொள்ள நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

சிலாசத்தின் குணங்கள் :—

கல்லடைப்பு மேகங் கனதூலம் விப்புருதி
சொல்லடைக்கு நீரடுகற் சோணிதக்கான்—மெல்லிடையார்க்
கில்லகச்சத் தில்லையெனு மிந்திரிய நட்டமுமாங்
கல்லகச்சத் தில்லை யெனுங்கால்

மேற்குறிப்பிட்ட செய்யுளில் இருந்து சிலாசத்தை உட்கொள் வதினல் கல்லடைப்பு, சீமேகம், அதிதூலம், விப்புருதி, மூத்திரக்

கிரிச்சரம், சோணிதவாதம், விந்து நட்டமும் நிவர்த்தி ஆவதுடன், மேலும்,

இரத்தக் கொதிப்பு, தலைசுற்றல், வெட்டை, வெள்ளை, பிரமேகம், இரத்தபித்த நோய், பாண்டு, வாத, பித்த கபரோகங்கள், உள்விரணம் காமாலை, கண்ணெரிவு, கபாலஇடி, கெண்டைவாதம், மேகம், குறுக்கு கைகால் உளைச்சல், ஈளை, இருமல், கல்லடைப்பு, நீர் அடைப்பு, நீர்ச் சுருக்கு, மார்புவலி, கட்டிகள், சொறிசிரங்கு போன்றவைகள் இறைவன் கருணையால் நிவர்த்தி ஆகும்.

சிலாசத்தை சுத்தி செய்யாமல் கொடுத்தால், தாகம், மூர்ச்சை பிரமை, இரத்தபித்தம், அக்கினி மாந்தம், மலபந்தம் ஆகியவை ஏற் படுவதால் சுத்தி செய்த சிலாசத்தை பயன்படுத்த வேண்டும்.

அளவு :—கற்பூரச் சிலாசத்தை சுத்தி பண்ணி அல்லது பற்பமாக்கி பயன்படுத்துவதும் உண்டு. இதை சிறியவர் முதல் பெரியோர் வரை உட்கொள்ளக் கூடியது. மேற்கூறிய இருமுறைகளில் சிலாசத்தை பயன் படுத்தும்போது, நோயின் தன்மை, உடல்வாகு, அறிந்து அதன் அளவுபடி பயன் படுத்திக் கொள்வது நல்லது.

புடம் :—சிலாசத்து மிகவும் மலிவானது என்றாலும் உஷ்ண சம்பந்த வியாதிக்கும், மற்ற வியாதிகளிலும் நன்முறையில் வேலை செய்யக் கூடியது. சிலாசத்தை புடமிடும்போது சிலாசத்தின் எடை, கவசம் செய்யும் பொருள், சீலை செய்யும் தன்மை ஆகியவற்றின் தன்மையை அறிந்து தக்க வரட்டியில் புடமிடவும்.

மருந்தின் அளவும் புடமும்—முனங்க முனங்கராகம் பிறப்பதைப் போன்று—பழக பழக அத்திறமை இறைவன் துணையால் கிடைக்கும்.

சிலாசத்தை தனியாகவும், பிற பொருள்களுடன் கலந்தும் பற்ப மாக்குவதுடன், சிலாசத்து பற்பத்துடன் பல பற்பங்களை கலந்து பல அனுபானங்களில் பயன்படுத்தப் படுவதுடன், திரிகடுகு சூரணத்துடன் கலந்து மாத்திரையும் செய்யப்படுகிறது.

பற்பங்கள் செய்முறை :—

செய்முறை :—இளநீரில் சுத்தி செய்த கற்பூரச் சிலாசத்தை வேண்டிய அளவு எடுத்துக் கொண்டு, பட்டுத்துணிபால் எடுத்துக் கொண்ட சிலாசத்து தெரியாத அளவு சுற்றி, சமஅளவு வேப்பங் கொழுந்தும், ஆவரைக் கொழுந்தும் எடுத்து நன்றாக அரைத்து, பட்டுத்துணி வெளியே தெரியாத அளவு கவசம் செய்து, நன்றாகக் காய வைத்து அப்படியே தக்க வரட்டியில் புடமிட நன்றாக பற்பமாகிவிடும் பின் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு :- சீரகச் சூரணம் சுண்டைக்காய் அளவு எடுத்து, அதில் ஒன்று முதல் மூன்று குன்றி எடை பற்பம் கலந்து தேனில் அந்திசந்தி கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் வியாதி! இரத்தக் கொதிப்பு, உச்சி முதல் உள்ளங்கால்வரை காந்தல், தலைசுற்றல், கண்ணெரிவு, கபாலஇடி, கெண்டைவாதம் மேகம், சுளுக்கு கைகால் உளைச்சல் ஆகியவை தீரும்.

சீரகச் சூரணம் செய்முறை :—

சீரகம் பலம்—1

இஞ்சிபலம்—$1\frac{1}{2}$

எலுமிச்சம்பழம்—20

20 எலுமிச்ச பழச்சாறு அளவிற்கு முசுமுசுக்கை சமூலச்சாறு.

முதலில் சீரகத்தை புடைத்து கழிவு நீக்கி, எடுத்துக் கொண்டு, ஒருபுது மண்சட்டியில் சீரகத்தைப் போட்டு, இஞ்சியின் மேல் தோலை சுரண்டி சுத்தம் செய்து, இடித்து தனிசாறு எடுத்து சீரகத்தில் ஊற்றி சூரியபுடம் இட்டு நன்ருகக் காய்ந்தபின், எலுமிச்சம் பழங்களைப் பிழிந்து, விதை நீக்கி, சீரகத்தில் ஊற்றி சூரிய புடம் இட்டு நன்ருகக் காய்ந்தபின், முசுமுசுக்கைச் சாற்றை ஊற்றி முன்போல் செய்து வஸ்திரகாயம் செய்துகொள்ளவும்.

செய்முறை 2 :—வேண்டிய அளவு சுத்தி செய்த சிலாசத்தை ஒரே கட்டியாக எடுத்து சுற்ருழை (சோற்றுக் கற்ருழை) மடலுக்குள் வைத்து நூலால் நன்ருகக்கட்டி, தக்க வரட்டியில் புடமிட பற்பமாகும்.

அளவு :— ஒன்று முதல் மூன்று அரிசி எடை அளவு காலை, மாலை உட்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் வியாதிகள் : உடல் எரிவு, மேகம் நிவர்த்தியாகும்.
செய்முறை 3 : சீலை செய்வது போன்று சீலை துணியில் சுண்ணும்பைத் தடவி சுத்தி செய்த சிலாசத்திற்கு நன்ருகச் சுற்றி காயவைத்து, தக்க எருவில் புடமிட நீரும்.

அளவு : $\frac{1}{2}$ முதல் இரண்டு குன்றியிடை நெய்யில் காலை, மாலை உட்கொள்ள வேணடும்.

திரும் வியாதிகள் : கணை, உடல் உஷ்ணத்தால் ஏற்படும் வயிற்றுவலி விந்து நட்டம் நிவர்த்தியாகும்.

செய்முறை 4 : கழுதை சிறுநீரில் சுத்தி செய்த சிலாசத்து ஒரு பங்கிற்கு மூன்று பங்கு கழுதை சாணத்தைக் கவசம செய்து காய வைதது, பின் புடமிட பற்பமாகும்.

தீரும் வியாதி : ஒன்று முதல் மூன்று குன்றிவரை ஒரு நாளைக்கு இருவேளை, நெய் அல்லது வெண்ணெயில் கொள்ள உஷ்ணம், வெள்ளை நிவர்த்தியாகும்.

செய்முறை 5 : வேண்டிய அளவு சுத்தி செய்து சிலாசத்தை எடுத்துக்கொண்டு செய்முறை மூன்றில் கூறியதுபோல் புடமிட்டு எடுத்துக்கொண்டு, அதன்மேல் உள்ள சுண்ணும்பை நீக்கி கல்வத்திலிட்டு செவ்வல்லிக் கிழங்கின் சாறு அல்லது அதன் பூச்சாறு ஊற்றி நன்ருக அரைத்து காயவைத்து, பின்சட்டியில் வைத்து, மேல் மூடி சீலை மண் செய்து புடமிட பற்பமாகும்.

தீரும் வியாதிகள் : ஒன்று முதல் மூன்று குன்றி அளவு அனுபானங்களில் கொள்ள இரத்த பித்தம் தலைச்சுற்றல் வாயு, மேகம் நீங்கும்.

செய்முறை 6 : சுத்தி செய்த சிலாசத்தை எடுத்துக் கொண்டு, பெரிய சோற்றுக் கற்ருழையை எடுத்து, இரண்டாகப் பிளந்து, பிளந்த ஒரு பகுதியில் வெந்தயத்தை பரப்பி, அதன் மேல் சிலாசத்தை வைத்து, அடுத்த பகுதியிலும் வெந்தயத்தை பரப்பி, சிலாசத்தின் மேல் வைத்து நூலால் நன்ருகக் கட்டி, நிழலில் உலரவைத்தால், இரண்டு அல்லது மூன்று நாட்களில் வெந்தயத்தில் இருந்து முளை கிளம்பியதும், மேலே சீலைமண் செய்து காயவைத்து தக்க வரட்டியில் புடமிட பற்பமாகும்.

பயன் : ஒன்று முதல் மூன்று குன்றி எடை தக்க அனுபானத்தில் கொடுக்க நீர்சம்பந்தபட்ட வியாதிகள், உஷ்ணபேதி நிவர்த்தியாகும்.

செய்முறை 7 : சிலாசத்தை தேவைக்கு தகுந்த அளவு எடுத்து அதில் சுண்ணும்பை நன்ருகத் தடவி காயவைத்து; சட்டியிலிட்டு, மேல் மூடி சீலை செய்து புடமிடவும். பின் எடுத்து அதில் இருக்கும் சுண்ணும்பை விலக்கி, சோற்றுக் கற்ருழைச் சாறுவிட்டு நன்ருக அரைத்து, வில்லை தட்டி காயவைத்து காய்ந்த பின் சட்டியில் இட்டு, மேல்மூடி சீலைமண் செய்து தக்க வரட்டியில் புடமிடவும் பற்பமாகும்.

பயன் : இளநீரில் அரை முதல் இரண்டு புளியங் கொட்டை அளவு காலை, மாலை உட்கொள்ள வெட்டை, நீர் எரிச்சல் நீங்கும். நெய்யில் உட்கொள்ள உடல் எரிவு, உஷ்ண வயிற்றுவலி நீங்கும்.

செய்பாகம் 8 : முள்ளிக்கீரையில் சுத்தி செய்த சிலாசத்து ஒருபங்கிற்கு நான்கு பங்கு முள்ளிக்கீரையை நன்ருக அரைத்து, சிலாசத்திற்கு கவசம் செய்து காயவைத்து புடமிடபற்பமாகும்.

பயன் : அரை முதல் ஒரு புளிபங்கொட்டை அளவு வெண்ணெயில் காலை, மாலை கொள்ள நீர்தேக்க விபாதி, உஷ்ணம், குறையும்.

(தொடரும்)

வெளியிடுபவரும் ஆசிரியரும்; வேலூர் மருத்துவர்
ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R.M.P. 7, அருளாம்பாள் வீதி, தி. நகர்
சென்னை - 600017, மூலிகைமணி அச்சகத்தில் அச்சிட்டவர் :
K. பாபு D.M.E. சென்னை - 600017.

Printed by K. Babu, D.M.E. at Mooligai Mani Press, Madras-17
Editor & Publisher Dr. A. R. Kannappar, R. M. P 7, Arulambal Street, T. Nagar, Madras-600017.